

電話番号はお間違えのないようお願いいたします。保健センターへのお問い合わせは ☎ 720-5000

◆ 予防接種日程表 \*対象児には通知が届きます。

	予防接種名	実施日	対象児	備考	
集団接種	ポリオ	10月7日(水)	平成20年11月～12月生	6週間以上あけて2回接種 生後7歳6か月未満 <b>予備日について</b> 対象の日に接種できないお子さんは、予備日に接種することもできます。事前に保健センターへご連絡ください。(ただし、10月、11月に一度接種した方は、12月8日の予備日には受けられません。)	
		10月14日(水)	平成21年1月～2月生		
		10月19日(月)	平成21年3月～4月生		
		10月21日(水)	平成20年7月～8月生		
		11月17日(火)	平成21年5月～6月生		
		11月30日(月)	平成20年9月～10月生		
		12月8日(火)	予備日		
個別接種	B C G	通年	生後3か月～生後6か月未満		
	三種混合		生後3か月～7歳6か月未満 (1期初回は20～56日の間隔で3回、1期追加は1期初回3回終了後、1年～1年半の間に1回接種)		
	二種混合		11歳～13歳未満		
	麻しん風しん混合		1期 1歳～2歳未満	2期については、麻しんおよび風しん予防接種を1回ずつ接種された方、またはどちらか一方のみ接種された方も対象となります。	
			2期 平成15年4月2日～平成16年4月1日生		
			3期 中学1年生相当の年齢 (平成8年4月2日～平成9年4月1日生)		平成20年4月1日から新たに実施となりました。5年間の期限の実施であり、麻しん風しん2期対象のお子さんは麻しん風しん3期4期の予防接種は対象とならないのでご注意ください。
			4期 高校3年生相当の年齢 (平成3年4月2日～平成4年4月1日生)		
日本脳炎	1期 3歳～7歳6か月未満 (1期初回は6～28日の間隔で2回、1期追加は1期初回2回終了後、1年～1年半の間に1回接種) 2期 9歳～13歳未満	平成21年6月2日から、1回も接種していない第1期の方に、接種が可能となりましたが、供給量が少ないことや安全性の確認等における観点から、全員に勧奨(お勧め)する段階に至っておりません。接種の年齢を過ぎた方への経過措置は、厚生労働省が検討中です。ご不明な点がある方、接種を希望する方は、保健センターへお問い合わせください。			
注意事項	<p>個別予防接種の場合、希望する指定医療機関に予約し、接種してください。上記の予防接種は無料です。  <b>転入等で予診票をお持ちでない方は</b>、母子手帳を持参のうえ、保健センターまで取りに来てください。          予防接種はまれに接種後に体調の変化等もあることから、保護者の同伴が必要ですが、保護者が特別な理由で同伴することができず、かわりにお子さんの健康状態を普段から熟知する代理の方が同伴する場合は、委任状が必要となりますので保健センターへお越しください。          接種可能な年齢かどうかわからない時や、特別な理由があり県内の指定医療機関で接種を希望される方は保健センターまでお問い合わせください。  <b>麻しん風しんの第3期・第4期予防接種対象者で、まだ接種されていない方は、平成22年3月31日までに接種してください。</b></p>				

健康一口メモ ホワイトニングについて

ホワイトニングとは、ある特定の薬を使用して歯の着色あるいは色調を変えて、歯を白くする方法です。ホワイトニングには、大きく分けて、オフィスホワイトニングと、ホームホワイトニングの2種類があります。

オフィスホワイトニングとは、歯科医院で行うホワイトニングで、まず歯をきれいにクリーニングして、ホワイトニング剤を歯の表面に薄く塗り、特殊なライトを15分くらいあて、薬が固まったら除去するという操作を3回くらい行い、その後に薬を中和するムースと歯質強化剤を適応し50分くらいで終わりです。これを効果が出るまで数回行います。

ホームホワイトニングとは、家で寝る前によく歯みがきを行ったあと、歯科医院で作った歯にかぶせるトレーにホワイトニング剤を入れて3時間以上(できれば寝ている間も)装着します。これを効果が出るまで1～2週間行います。冷たい物がしみる知覚過敏が強く表れるようなら次の日は

休みにして翌々日にまた始めます。

以上が、一般的なホワイトニング方法です。ホワイトニング後1～2日はタバコ・コーヒー・紅茶・カレー・赤ワインなど着色しやすい物は避けた方が良いでしょう。なお、妊婦や授乳中の女性・エナメル質形成不全による変色歯、重度の知覚過敏を有する歯などは、ホワイトニングの禁忌症となります。

ホワイトニングは、比較的簡単に歯を白くする方法ですが、すべての歯が同じように、白く美しくなるわけではありません。時には色が変わらなかったり、思っている色と異なることも多少あります。また、その効果も一生続くものではなく、数週間～数か月でだいたい後戻りしてきます。白い歯を維持していくには適切なメンテナンスが必要です。また、費用も保険適用外になります。いづれにしてもホワイトニングを考えている方は、費用・効果・メンテナンスなどについて歯科医師、もしくはスタッフに十分な説明を受け、納得したうえで始めることをお勧めします。  
(提供:北足立歯科医師会)

### ◆母子保健

お母さんと赤ちゃんの健康のために

会場 保健センター

名称	実施日	時間	内容・対象・持ち物	備考	
乳児健康診査	10/9(金)	13:10 ～13:45	☑平成21年6月生	持 母子手帳・質問票(はがき)・バスタオル	
	11/13(金)		☑平成21年7月生		
1歳6か月児健康診査	10/16(金)		☑平成20年3月生	持 母子手帳・質問票(はがき)	申 当日、直接会場へ 対象児には個別通知します。
3歳児健康診査	10/6(火)		☑平成18年5月生	持 母子手帳・アンケート用紙・尿	
	11/10(火)	☑平成18年6月生			
乳児相談	10/9(金)	9:30 ～10:30	☑1歳未満 ☑身体計測・育児全般の相談 持 母子手帳・おむつ・バスタオル	申 当日、直接会場へ 就学前の乳幼児が対象となります。	
育児相談	10/16(金)		☑1歳以上 ☑健康・育児・栄養等の相談 持 母子手帳・おむつ		
幼児相談	10/2(金)		☑発育・発達・育児等の面で気になる方 持 母子手帳	申 予約制 電話受付可	
離乳食講習会	10/14(水)	10:00 ～11:00	☑栄養士が離乳食の進め方や作り方について実習を交えて指導します 持 母子手帳・筆記用具	申 当日、直接会場へ (会場は料理室です)	
母親学級	11/4(水) 11/11(水) 11/18(水)	13:10 ～15:30	☑出産までの健康管理と準備、乳児の保育の指導を3回に分けて行います ☑初産の方 持 母子手帳	申 予約制 電話受付可	
フッ素塗布	10/28(水)	13:10 ～15:30	☑1歳6か月児健診で歯科受診済者で就学前の幼児(希望者) 持 母子手帳・タオル 歯の健康手帳をお持ちの方は持参してください		

### ◆成人保健

毎日の健康のために 成人保健事業については、随時広報等でお知らせしています。

会場 保健センター

名称	実施日	時間	内容・対象・持ち物
健康相談	10/28(水)	10:00 ～11:00	☑保健師・栄養士による血圧測定・検尿・栄養相談等 ☑住民の方 持 健康手帳(初めてのの方は、当日交付) 申 当日、直接会場へ

## 休 日 当 番 医

診療時間 9時～17時

月日	医療機関名(所在地)	診療種類	電話番号	月日	医療機関名(所在地)	診療種類	電話番号
10/4(日)	栗原クリニック(桶川市)	内・循環器・小	786-2168	10/25(日)	尾崎内科クリニック(伊奈町)	内・小	720-1701
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・小・外・整外・脳神外・歯・口腔外・皮	776-0022		埼玉県中央病院(桶川市)	内・小・外・整外・脳神外・歯・口腔外・皮	776-0022
	南福音診療所(北本市)	内・小	048-591-7191		林田内科医院(北本市)	内・小・循環器・消・リハ	048-592-7711
10/11(日)	今成医院(伊奈町)	内・外	723-8280	11/1(日)	豊田医院(桶川市)	内・小・胃腸・循環器	728-2377
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・小・外・整外・脳神外・歯・口腔外・皮	776-0022		伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692
	いなぎentクリニック(北本市)	耳鼻咽喉・気管食道・形成外科	048-593-4567		よしだ整形外科内科(北本市)	整外・内・リハ・皮・リウマチ	048-590-5720
10/12(祝)	桶川KNクリニック(桶川市)	脳外・整外・リハ・皮・麻酔	787-7715	11/3(祝)	鳥山こどもクリニック(伊奈町)	小	723-5557
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692		埼玉県中央病院(桶川市)	内・小・外・整外・脳神外・歯・口腔外・皮	776-0022
	さとうクリニック(北本市)	内・消・小	048-590-5977		北本共済病院(北本市)	内・胃腸・外・整外・脳外・泌・皮・麻・放	048-591-7111
10/18(日)	朝日内科歯科医院(桶川市)	内・小・消化器	774-9385	11/8(日)	原田耳鼻咽喉科医院(桶川市)	耳鼻咽喉	787-5616
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・小・外・整外・脳神外・歯・口腔外・皮	776-0022		埼玉県中央病院(桶川市)	内・小・外・整外・脳神外・歯・口腔外・皮	776-0022
	北本共立診療所(北本市)	内・消・循環器・放・小	048-592-1641		北本中央クリニック(北本市)	内・小・循環器・呼・消・放	048-591-2257

桶川北本伊奈地区で広域的に実施しています。

広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参照のうえ、お出かけください。

**小児初期救急当番医** 診療時間 月曜日～土曜日(20時～22時)、祝日は除く  
問合せ先 伊奈町消防本部・署(☎722-8111)

**休日の歯科当番医** 北足立歯科医師会休日診療所  
住所 鴻巣市赤見台 1-15-23 ☎048-596-0275  
診療時間 9時30分～12時30分

**休日・夜間の医療機関を紹介(歯科を除く)**

・伊奈町消防本部・署(☎722-8111)では、休日・夜間でも診療の受けられる病院の問合せに応じます。  
・診療可能な医療機関については、埼玉県救急医療情報センター(☎048-824-4199)でも24時間紹介しています。